

Eco-Geste 6

Je fais mes yaourts



La recette

L'idéal pour l'environnement serait donc de faire des yaourts maison. Pour cela, il faut 1 litre de lait et 1 yaourt au lait entier. Répartir le mélange dans 6 ou 7 pots en verre et les placer environ 12 heures dans une yaourtière ou encore dans une cocotte minute.



Une chercheuse allemande a calculé en 1993 le coût environnemental d'un yaourt aux fraises.

Résultats : les différents ingrédients et emballages ont parcourus quelques 9 115 Km et 40 g de pétrole ont été consommé par petit pot. Parfois, ce même pot va prendre le chemin de la poubelle sans même avoir été ouvert, la date de péremption ayant été dépassée...

Les avantages ?

Vous réduisez les quantités d'emballages mis à la poubelle puisque vous réutilisez à l'infini les même pots !

Vous pouvez choisir votre lait (local, bio, entier, ...) et les aromatiser selon votre goût (lit de confiture, miel, fleur d'oranger, sirops ou tout simplement sucre).

Et pour les inconditionnels du yaourt tout prêt, sachez qu'il existe des fabricants locaux et que le bilan environnemental est meilleur pour le pot en plastique que le pot en verre car il est moins lourd à transporter !

Et qui sait, ce petit pot en plastique rejoindra peut-être bientôt ses compagnons bouteilles et flacons plastiques pour être recyclé (information à suivre ...).